

**DAMPAK KAMPANYE GERMAS TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU DAN  
PENINGKATAN DERAJAT KESEHATAN MASYARAKAT DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS IMOGIRI I**

***THE IMPACT OF THE HEALTHY LIVING COMMUNITY MOVEMENT CAMPAIGN ON  
BEHAVIOUR CHANGE AND IMPROVING THE HEALTH STATUS OF THE PEOPLE IN THE  
WORKING AREA OF THE IMOGIRI COMMUNITY HEALTH CENTER 1***

**Sofi Fatonah, Marsiana Wibowo**

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan

**INTISARI**

**Pendahuluan:** Bantul merupakan salah satu kota pencanangan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). Tingginya angka kematian akibat penyakit tidak menular mendorong upaya promotif preventif. Puskesmas Imogiri I sebagai ujung tombak pelaksanaan pelayanan kesehatan primer dengan melakukan kampanye di masyarakat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui dampak kampanye GERMAS terhadap perubahan perilaku dan peningkatan derajat kesehatan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Imogiri I.

**Metode:** Penelitian kualitatif dengan pendekatan deskripsi. Teknik pengumpulan data kualitatif melalui wawancara mendalam dan dokumentasi dengan instrumen berupa panduan wawancara. Subyek penelitian berjumlah 10 informan yang terdiri dari 8 di wilayah kerja Puskesmas Imogiri I, 1 petugas promosi kesehatan dan 1 perawat. Analisis data dilakukan dengan cara reduksi kemudian penyajian data dan penarikan kesimpulan dan verifikasi.

**Hasil:** Puskesmas Imogiri I sudah melaksanakan kampanye GERMAS sejak Mei 2017 dengan fokus kegiatan aktivitas fisik, konsumsi buah sayur dan cek kesehatan. Perubahan perilaku masyarakat dilihat dari pengetahuan masyarakat yang baik, tersedianya fasilitas layanan kesehatan serta sikap dan perilaku petugas kesehatan yang mendukung. Peningkatan derajat kesehatan dapat dilihat dari angka kesakitan. Angka kesakitan pada penyakit hipertensi dan DM mengalami kenaikan disebabkan karena meningkatnya *screening* yang dilakukan sehingga banyak ditemukan penyakit pada tahun 2018 terutama pada usia dewasa dan lansia. Hambatan dari kampanye ini warga sudah memiliki pengetahuan dan kesadaran namun belum rutin melakukan perilaku hidup sehat.

**Kesimpulan:** Kampanye GERMAS dapat meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku warga dalam mewujudkan derajat kesehatan yang baik. Diharapkan adanya koordinasi lintas sektor dan penyediaan fasilitas yang menunjang kampanye.

**Kata Kunci:** Kampanye, GERMAS, Perubahan Perilaku

**ABSTRACT**

**Introduction:** Bantul is one of the cities that launched the Healthy Living Community Movement (GERMAS). The high mortality rate due to non-communicable diseases encourages preventive promotive efforts. Imogiri I health center as the spearhead of the implementation of primary health services by conducting campaigns in the community. The purpose of this study was to determine the impact of the GERMAS campaign on behavioral change and improving community health status in the work area of the Imogiri I Community Health Center

**Method:** Qualitative research with a description approach. Qualitative data collection techniques through in-depth interviews and documentation with instruments in the form of interview guides. The research subjects consisted of 10 informants consisting of 8 in the work area of the Imogiri I Community Health Center, 1 health promotion officer and 1 nurse. Data analysis was performed by means of reduction then presentation of data and drawing conclusions and verification.

**Results:** The Imogiri I Health Center has been carrying out the GERMAS campaign since May 2017 with a focus on physical activity, consumption of vegetable fruits and health checks. Changes in community behavior can be seen from good public knowledge, the availability of health service facilities and the

*attitudes and behavior of health workers who support. Improved health status can be seen from the morbidity rate. The morbidity rate in hypertension and DM has increased due to the increase in screening carried out so that many diseases are found in 2018 especially in adults and the elderly. The obstacles of this campaign are that the people already have knowledge and awareness but have not routinely carried out healthy behaviors.*

**Conclusion:** *The GERMAS campaign can increase knowledge and change citizens' behavior in realizing good health status. It is expected that cross-sectoral coordination and provision of facilities that support the campaign.*

**Keywords:** *Campaign, GERMAS, Change of Behavior*

## **Pendahuluan**

Indonesia saat ini menghadapi beban ganda dalam pembangunan kesehatan. Banyak terjadi penyakit infeksi yang harus ditangani dan kasus penyakit tidak menular semakin meningkat. Dampak meningkatnya penyakit tidak menular menyebabkan meningkatnya pembiayaan pelayanan kesehatan, menurunnya produktivitas masyarakat, menurunnya daya saing negara yang pada akhirnya mempengaruhi kondisi sosial ekonomi masyarakat. Pemerintah membentuk gerakan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang lebih baik. Fokus program GERMAS pada tahun 2016 sampai tahun 2017 hanya tiga pilar, yaitu aktivitas fisik, konsumsi buah dan sayur dan pemeriksaan kesehatan secara rutin (Kemenkes RI<sup>1</sup>, 2016). Berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), penyakit tidak menular seperti kanker, diabetes mellitus, stroke, penyakit ginjal kronis, hipertensi dan obesitas naik dibandingkan pada tahun 2013.<sup>2</sup>

Bantul merupakan salah satu lokasi pencaanangan program GERMAS. Puskesmas Imogiri I terletak di Kabupaten Bantul merupakan salah satu Puskesmas yang melaksanakan kampanye GERMAS sejak bulan Mei 2017. Peran Puskesmas sangat penting sebagai ujung tombak dalam perwujudan dan penyelenggaraan program GERMAS dari Pemerintah. Kegiatan Puskesmas diantaranya melakukan penyampaian informasi kesehatan, salah satu bentuk caranya dilakukan dengan kampanye kesehatan. Kampanye kesehatan merupakan bentuk potret dari strategi di dalam mempersuasi orang lain yang berguna mengubah perilaku sesuai yang diharapkan sebagai tujuan akhir dari kampanye tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Negoro<sup>3</sup> (2016), hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh kampanye *Pictorial Health Warning* (PHW) dapat mempersuasi responden, hasilnya terdapat pengurangan rata-rata konsumsi batang rokok.

Kegiatan kampanye yang dilakukan oleh Puskesmas Imogiri antara lain melakukan penyuluhan atau sosialisasi, senam, jalan sehat, cek kesehatan dan pemberian stiker dan *leaflet*. Dampak kegiatan kampanye GERMAS diharapkan agar masyarakat mempunyai pengetahuan serta berupaya dalam melaksanakan GERMAS terutama melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi sayur dan buah serta pemeriksaan kesehatan secara rutin. Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan maka peneliti ingin mengkaji bagaimana Dampak Kampanye GERMAS Terhadap Perubahan Perilaku dan Peningkatan Derajat Kesehatan Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Imogiri I.

## **Metode Penelitian**

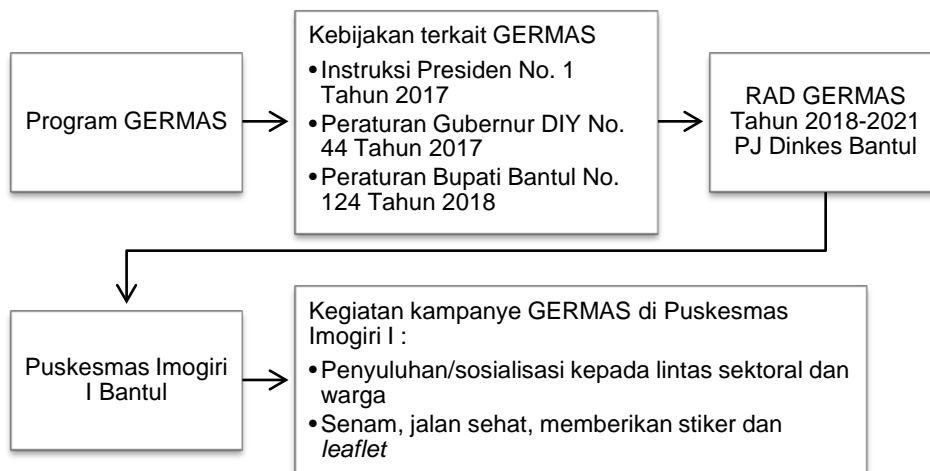
Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang merupakan penelitian yang digunakan untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami subjek penelitian dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa (Moleong<sup>4</sup>, 2016). Metode penelitian ini dengan menggunakan pendekatan deskriptif. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara dan dokumentasi. Subyek penelitian berjumlah sepuluh informan yang terdiri dari delapan

warga sebagai informan kunci dan satu petugas promkes serta satu perawat Puskesmas Imogiri I sebagai informan triangulasi. Alat penelitian yang digunakan yaitu alat tulis, *handphone* sebagai alat perekam dan pengambil gambar dan panduan wawancara. Analisis data dilakukan dengan cara pengumpulan data mentah, kemudian mentranskrip wawancara, koding, penyimpulan dalam bentuk narasi, diinterpretasikan, dan disesuaikan dengan teori yang telah ada dari peneliti terdahulu.

## Hasil Penelitian dan Pembahasan

GERMAS diprakarsai oleh Presiden RI Jokowi melalui Instruksi Presiden No.1 Tahun 2017 tentang GERMAS<sup>5</sup>. GERMAS merupakan gerakan nasional dalam mengoptimalkan upaya promotif dan preventif, tanpa mengesampingkan upaya kuratif dan rehabilitatif dalam tercapainya hidup sehat dan penurunan prevalensi penyakit. Program GERMAS merupakan gerakan pembangunan dan perbaikan kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Perwujudan dari program GERMAS ini salah satunya Puskesmas sebagai fasilitas layanan kesehatan primer melakukan kampanye agar masyarakat dapat memiliki kesadaran, kemauan dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik. Fokus kegiatan kampanye GERMAS di Puskesmas Imogiri I mengenai tiga pilar yaitu aktivitas fisik, konsumsi buah dan sayur, serta pemeriksaan kesehatan secara rutin.

Berdasarkan teori Lawrence Green mengenai model Model Perubahan Perilaku Kesehatan *Precede Proceed*, perilaku seseorang atau masyarakat dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pemungkin dan faktor penguat. Dalam penelitian ini faktor predisposisi (*predisposing factor*) terkait pengetahuan masyarakat mengenai kampanye GERMAS yang dilakukan oleh Puskesmas Imogiri I. Faktor pemungkin (*enabling factor*) diwujudkan melalui fasilitas dan layanan kesehatan Puskesmas seperti penyuluhan GERMAS, pemberian media kesehatan, layanan cek kesehatan rutin. Faktor penguat (*reinforcing factor*) yaitu terkait perilaku petugas kesehatan terutama petugas promosi kesehatan dan perawat sebagai pelaksana program GERMAS yang sangat mendukung tercapainya tujuan program.<sup>6</sup>



Gambar 1. Kegiatan Kampanye GERMAS di Puskesmas Imogiri I

Program GERMAS mulai dilaksanakan di Puskesmas Imogiri I pada Mei 2017. Proses pelaksanaan kampanye GERMAS yang dilakukan oleh Puskesmas Imogiri I terlebih dahulu

mengadakan pertemuan dan sosialisasi dengan lintas sektoral serta penyusunan jadwal dengan kader. Berikut hasil kutipan wawancara dengan informan :

*“Nah pelaksanaanya kita terlebih berkomunikasi berhubungan dulu dengan lintas sektor. Lintas sektor kan ada dukuh, ada camat, ada lurah jadi kan mereka sudah tau. Kemudian nanti kita akan menghubungi pak dukuh langsung dibantu dengan kader untuk jadwalnya akan menyusul”* (Informan 1, 25 tahun)

Setelah melakukan pertemuan dengan lintas sektoral dan kader, maka petugas dapat mulai melakukan penjadwalan kegiatan kampanye GERMAS di tiap dusun wilayah kerja Puskesmas Imogiri I. Bentuk kegiatan kampanye beranekaragam antara lain berupa sosialisasi atau penyuluhan, senam, jalan sehat serta terdapat cek kesehatan dan pembagian stiker dan *leaflet*. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan pada pertemuan-pertemuan warga, kegiatan posyandu balita/lansia, kegiatan posbindu PTM. Hal ini sesuai dengan kutipan wawancara dengan informan berikut :

*“Adanya sosialisasi mbak kadang itu kalo pas PKK diforum PKK, terus penimbangan posyandu nanti di ibu-ibu sama bayi balitanya, kalo di kader ya forum kader itu”* (Informan 5, 47 tahun)

*“Ada kampanye, pemberian panflet-panflet, melalui kader datang ke pertemuan-pertemuan warga bahwa ada kegiatan GERMAS”* (Informan 8, 37 tahun)

Kegiatan GERMAS di Puskesmas Imogiri I minimal dilakukan satu kali dalam satu tahun disetiap dusun di wilayah kerja Puskesmas. Hal ini sesuai dengan kutipan wawancara dengan beberapa informan sebagai berikut :

*“Satu tahun sekali”* (Informan 6, 40 tahun)

*“Jadi di setiap dusun diusahakan ada dan itu minimal satu kali itu ada, ya kurang lebih 33 sampai 36 kali dalam setahun”* (Informan 1, 25 tahun)

Puskesmas Imogiri sudah melakukan kegiatan kampanye GERMAS di wilayah kerja Puskesmas yang meliputi empat desa yaitu Desa Karangtalun, Desa Imogiri, Desa Girirejo dan Desa Wukirsari. Jumlah dusun di wilayah kerja Puskesmas Imogiri sebanyak 30 dusun yang tersebar di empat desa tersebut. Kegiatan kampanye GERMAS yang telah dilakukan oleh Puskesmas Imogiri I dilaksanakan minimal satu kali dalam setahun. Selain itu, kader di masing-masing dusun turut serta membantu Puskesmas dalam pengoptimalan kampanye dengan melakukan penyuluhan GERMAS melalui kegiatan posyandu, posbindu PTM maupun pertemuan warga lainnya rutin setiap bulannya.

Kegiatan kampanye GERMAS merupakan salah satu bentuk promosi kesehatan yang dilakukan oleh Puskesmas Imogiri I, kampanye ini dilaksanakan dalam menghadapi permasalahan kesehatan yang terjadi di Indonesia terkaitnya meningkatkan upaya promotif dan preventif agar terjadi perubahan perilaku dan lingkungan sehingga tercapai derajat kesehatan masyarakat setinggi-tingginya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sari dan Sulistyowati<sup>7</sup> (2015) bahwa kesadaran masyarakat akan permasalahan yang dihadapi akan memudahkan pihak puskesmas dalam mendorong masyarakat untuk ikut serta secara sukarela dan penuh kesadaran membantu program promosi kesehatan melalui UKBM. Hambatan dalam kegiatan kampanye GERMAS di Puskesmas Imogiri I masih terkendala waktu dan kesibukan warga sehingga beberapa warga belum bisa mengikuti kegiatan kampanye GERMAS.

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya) (Notoatmodjo<sup>7</sup>, 2012). Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behavior*). Perilaku yang didasarkan dengan pengetahuan akan lebih melekat daripada perilaku yang tidak didasarkan dengan pengetahuan (Notoatmodjo<sup>8</sup>, 2014). Pengetahuan masyarakat mengenai kampanye GERMAS yang dilakukan oleh Puskesmas Imogiri I dapat dilihat melalui pemahaman pesan dan informasi yang disampaikan oleh petugas pada saat penyuluhan. Berikut hasil kutipan wawancara dengan beberapa informan mengenai pengetahuan masyarakat tentang GERMAS :

*“Tiga pilar yang pertama itu makan sayur dan buah, kemudian aktivitas fisik minimal 30 menit setiap harinya terus kontrol rutin cek kesehatan”.* (Informan 9, 47 tahun).

*“Germas itu gerakan masyarakat untuk hidup sehat, ada makan buah dan sayur setiap hari terus aktivitas fisik selama setengah jam 30 menit setiap harinya, terus itu periksa kesehatan secara rutin setiap 6 bulan sekali”.* (Informan 5, 47 tahun).

Keingintahuan dan kesadaran warga untuk memperoleh informasi kesehatan terkait GERMAS merupakan salah satu pendorong warga untuk hadir mengikuti kegiatan kampanye GERMAS yang dilaksanakan Puskesmas Imogiri I. Hal ini sesuai dengan ungkapan wawancara informan sebagai berikut :

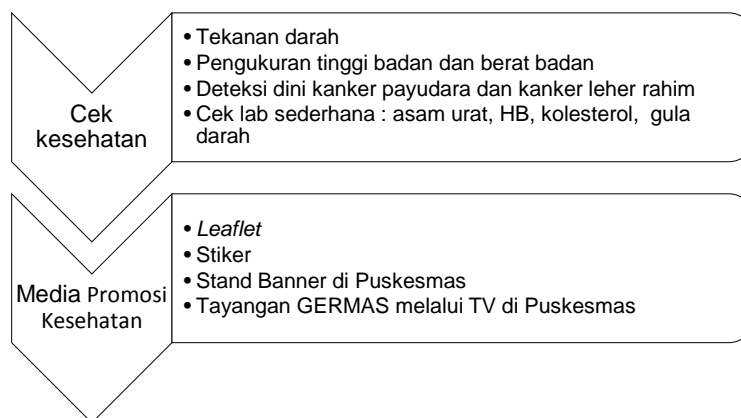
*“Saya ingin tahu apa saja yang disampaikan di penyuluhan GERMAS itu terus ya bisa melakukannya”* (Informan 3, 45 tahun).

*“Kalo kita bisa mengikuti anjuran itu dan kita bisa melakukan GERMAS kan sehat untuk kita”* (Informan 8, 37 tahun).

Pengetahuan yang dimiliki oleh warga mampu memunculkan pemahaman dan keyakinan terhadap diri sendiri akan kebutuhan dan keharusan melakukan perilaku hidup sehat, salah satunya berdampak pada pemanfaatan fasilitas kesehatan yang diberikan, hal ini sejalan dengan penelitian Marnah<sup>9</sup> (2016). Hasil penelitian tersebut diperoleh semakin tahu responden dengan pelayanan kesehatan, maka responden tersebut mampu menentukan respon/sikap terhadap pemanfaatan pelayanan kesehatan. Pemberian informasi dan dukungan dapat meningkatkan pengetahuan sehingga dapat mengubah perilaku seseorang yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Tanpa adanya pengetahuan seseorang tidak mempunyai dasar untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dihadapi. Hal ini sejalan dengan penelitian Febriani<sup>10</sup> (2016) bahwa seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik akan bertindak sesuai dengan apa yang dia ketahui, dan cenderung akan memiliki perilaku yang lebih baik dibandingkan dengan seseorang yang pengetahuannya kurang baik.

Melalui kegiatan kampanye GERMAS yang berupa penyuluhan/sosialisasi dan pembagian media promosi kesehatan seperti *leaflet* dan stiker bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat sehingga dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran untuk berperilaku hidup sehat demi mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang lebih baik. Pesan-pesan yang disampaikan petugas juga informatif dan mudah dipahami oleh warga serta terdapat kegiatan *recall/tanya jawab* diakhir sesi setiap penyuluhan. Kegiatan *recall/tanya jawab* sangat membantu masyarakat memahami informasi penyuluhan lebih dalam. Menurut teori L. Green pengetahuan merupakan faktor predisposisi atau faktor pemudah, dengan adanya pengetahuan akan memunculkan kesadaran, kemauan dan kemampuan dapat mendorong perilaku seseorang untuk melakukan perilaku hidup sehat.

Fasilitas layanan kesehatan merupakan bagian dari sarana prasarana yang diberikan oleh Puskesmas Imogiri I sebagai penunjang kegiatan kampanye GERMAS yang diselenggarakan di wilayah kerja Puskesmas.



Gambar 2. Fasilitas Layanan Kesehatan di Puskesmas Imogiri I

Fasilitas layanan kesehatan yang disediakan berupa pemeriksaan kesehatan dan pembagian media promosi kesehatan yang berguna sebagai media dalam penyampaian pesan serta dapat mengedukasi warga. Berikut hasil kutipan wawancara dengan beberapa informan :

*“Ada media penyuluhan seperti panflet, ada pengecekan kesehatan juga seperti pengecekan gula darah, kolestrol seperti itu ada”* (Informan 9, 47 tahun).

*“Kemarin di kasih pengukuran tinggi badan, berat badan sama pemeriksaan gula darah dan kolesterol”*(Informan 10, 25 tahun).

Fasilitas layanan kesehatan yang diberikan oleh Puskesmas Imogiri I dinilai bermanfaat bagi warga dalam menunjang kesehatan warga yang lebih baik dan bisa mengontrol kesehatan warga sendiri. Berikut hasil kutipan wawancara dengan beberapa informan :

*“Ya kita jadi tahu tingkat kesehatannya kita yang tekanan darah, tinggi apa, kolesterol, asam urat gitu gitu. Jadi kita bisa berhati-hati, terus kita bisa mengurangi itu”* (Informan 8, 37 tahun).

*“Yah ya yang dulunya masyarakat takut untuk mengetahui kalo mungkin punya tapi setelah ada pengecekan terus mereka sadar berarti kalo saya punya penyakit ini harus di obati”* (Informan 9, 47 tahun)

Fasilitas layanan kesehatan yang berkualitas akan menunjang derajat kesehatan masyarakat. Terutama untuk pelayanan dasar masyarakat sangat membutuhkan hal tersebut untuk menunjang hidup yang lebih sehat. Menurut Hararap<sup>11</sup> (2016) dalam penelitiannya menyebutkan fasilitas kesehatan merupakan faktor yang berpengaruh dalam pemberian imunisasi Hepatitis B. Masyarakat membutuhkan posyandu, puskesmas, rumah sakit dan pelayanan kesehatan lainnya untuk membantu mendapatkan pengobatan dan perawatan.

Fasilitas kesehatan yang disediakan oleh Puskesmas Imogiri I saat kampanye GERMAS yaitu dengan memfasilitasi cek laboratorium sederhana seperti cek asam urat, gula darah, tekanan darah, HB, mengukur berat badan, tinggi badan. Pemeriksaan kesehatan ini biasanya dilakukan bersamaan kegiatan posyandu maupun Posbindu PTM. Terdapat juga deteksi dini

kanker serviks dan kanker payudara. Selain memfasilitasi untuk cek kesehatan, Puskesmas juga memberikan pesan edukasi melalui *leaflet*, stiker, selebaran yang diberikan pada saat kampanye. Saat di Puskesmas juga terdapat *stand banner* dan tayangan di TV mengenai GERMAS sehingga diharapkan warga yang berkunjung ke Puskesmas dapat melihat dan membaca sehingga sadar, memahami kemudian mempraktekkan perilaku hidup sehat. Penyediaan sarana kesehatan merupakan hal yang wajib ada dalam upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat dan menjadi salah satu perhatian utama dibidang kesehatan yang bertujuan agar semua lapisan masyarakat dapat mendapatkan pelayanan kesehatan.<sup>12</sup>

Perilaku petugas merupakan hal yang penting sebagai bentuk dukungan puskesmas dalam membantu masyarakat untuk merasa nyaman dan termotivasi agar dapat melaksanakan perilaku hidup sehat. Perilaku petugas yang ramah dan baik diungkapkan sesuai dengan hasil kutipan wawancara dengan beberapa informan sebagai berikut :

*“Sangat baik sih. Keramahtamahan petugas di masyarakat itu kan penting jadi  
enggga merasa takut gitu terus nyaman jadinya, terus pendekatan dengan  
masyarakat baik jadinya masyarakat itu seneng. (Informan 3, 45 tahun).*

*“Ya baik mbak, nyaman seneng tho kalo biasanya engga diisi dadi diisi, dadi ngerti  
masalaha iki iki” (Informan 4, 48 tahun).*

Petugas Puskesmas Imogiri I juga memberikan edukasi serta contoh perilaku kesehatan untuk sehingga masyarakat menjadi termotivasi agar dapat berperilaku hidup sehat. Petugas Puskesmas Imogiri I juga memberikan rujukan kepada warga yang pada saat kampanye GERMAS di dusun-dusun dilakukan pemeriksaan kesehatan membutuhkan pemeriksaan lebih lanjut di puskesmas. Dukungan atau dorongan sangat penting dalam mendukung perubahan perilaku kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Febriani<sup>10</sup> (2016) bahwa dukungan petugas kesehatan dapat merubah perilaku BABS warga dengan memberikan jalan keluar dan upaya-upaya agar masyarakat dapat merubah perilaku kurang baik menjadi lebih baik.

Pelayanan yang baik apabila petugas menjelaskan prosedur atau tata cara untuk setiap tindakan yang akan dilakukan, memberikan info tentang pentingnya melakukan aktivitas fisik, konsumsi buah sayur, pemeriksaan kesehatan rutin, selalu ramah dan tersenyum saat melakukan setiap penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan, memberikan rujukan kepada warga, serta selalu menjelaskan ketika ada pertanyaan terkait masalah kesehatan. Kenyamanan keramahan berkaitan dengan pelayanan dapat mempengaruhi kepuasan pasien dan bersedianya untuk kembali ke fasilitas kesehatan untuk memperoleh pelayanan berikutnya. Masyarakat dengan pengetahuan yang tinggi, maka akan memiliki kesadaran yang lebih dalam penggunaan pelayanan kesehatan.

Perilaku masyarakat dalam melakukan perilaku hidup sehat terutama melaksanakan 3 pilar GERMAS seperti melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi buah sayur dan melakukan pemeriksaan kesehatan. Masyarakat sudah melakukan aktivitas fisik ringan di rumah seperti mencuci, mengepel, menyapu. Berikut hasil kutipan wawancara dengan beberapa informan :

*“Ya pagi ngepel nyapu” (Informan 6, 40 tahun).*

*“Ibu rumah tangga i sudah kelud meskipun kalo olahraga tiap hari tidak rutin ya, tapi  
kita sudah jalan pulang balik pulang balik sana-sana, belanja sayuran atau apa gitu  
jalan gitu sudah” (Informan 8, 37 tahun).*

Hasil wawancara yang dilakukan kepada warga mengenai bentuk aktivitas fisik yang dilakukan juga ditegaskan oleh petugas promosi kesehatan sebagai berikut :

*“Untuk aktivitas fisik sebagian besar sudah melakukan aktivitas fisik ya, karena kebanyakan di wilayah Imogiri masih banyak sawah kebun ya minimal kan 30 menit kan mereka pasti sudah lebih dari itu. Iya kan petani, pedagang kaya gitu masih banyak yang naik sepeda dan jalan kaki juga ya sudah cukup”* (Informan 1, 25 tahun).

Namun dalam pelaksanaan olahraga warga masih belum rutin melakukannya dikarenakan rasa malas dan kesibukan. Berikut hasil kutipan wawancara dengan beberapa informan :

*“Ya belum pokoknya ono wae hehehe, kalo buat full 30 menit belum bisa hehe”* (Informan 4, 48 tahun).

*“Kalo olahraga diluar jarang, paling kalo desa ngadain senam baru deh”* (Informan 10, 25 tahun).

*“Namun kalo seperti olahraga, senam sih belum semuanya. Kalo aktivitas seperti mengepel, menyapu ya sudah lebih”* (Informan 2, 37 tahun).

Pelaksanaan aktivitas fisik dirumah warga sudah memenuhi selama 30 menit setiap hari. Namun dalam pelaksanaan olahraga warga masih kurang dalam pelaksanaannya dikarenakan rasa malas dan kesibukan sehingga belum bisa melakukan olahraga setiap hari. Hambatan yang terjadi biasanya karena umur, kesibukan warga dan rasa malas sehingga belum dapat melakukan aktivitas fisik secara maksimal. Faktor usia sangat berpengaruh terhadap kemampuan beraktivitas fisik. Pemilihan jenis olahraga dan aktivitas sehari-hari juga sangat bergantung dari kemampuan seseorang tersebut. Hasil penelitian ini didukung oleh Syamsudin<sup>13</sup> (2018) bahwa bertambahnya usia akan terjadi penurunan kemampuan fisik, mental, dan aktivitas fungsional yang terjadi pada lansia.

Aktivitas fisik yang dilakukan oleh warga di wilayah kerja Puskesmas Imogiri I mayoritas termasuk dalam aktivitas fisik ringan seperti menyapu, mengepel, mencuci baju, jalan kaki, bersepeda. Pelaksanaan olahraga belum rutin dilaksanakan dikarenakan hambatan waktu, kesibukan, rasa malas serta warga terutama lansia tidak mampu melakukan olahraga berat karena terkendala umur yang menyebabkan penurunan kemampuan fisik.

Warga sudah mau mengonsumsi buah dan sayur, namun dalam pelaksanaannya warga di wilayah kerja Puskesmas Imogiri I masih kurang terutama konsumsi buah warga hanya mengonsumsi dua sampai tiga kali saja dalam seminggu. Berikut hasil kutipan wawancara dengan beberapa informan :

*“Kalo tiap hari mungkin engga mbak, paling 3 hari kalo buah. Kalo sayurnya sudah ya mbak? Sudah”* (Informan 10, 25 tahun).

*“Ora setiap hari, kadang-kadang hahaha”* (Informan 6, 40 tahun)

*“Kalo setiap hari juga, dua hari sehari pasti mbak buahnya tapi kalo setiap harinya belum”* (Informan 5, 47 tahun)

Pengetahuan masyarakat yang kurang mengakibatkan tidak mau melakukan perilaku tersebut. Kondisi ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aditianti dkk<sup>14</sup> (2016) bahwa



pengetahuan gizi masyarakat terutama yang tahu manfaat sayur dan buah pada semua kelompok umur masih rendah (<30%). Pengetahuan yang melekat pada masyarakat akan mendorong perilaku konsumsi buah dan sayur, karena akan masyarakat menyadari manfaat-manfaat yang terdapat dalam buah dan sayur untuk mencukupi kebutuhan vitamin dalam tubuh.

Konsumsi buah dan sayur adalah salah satu pesan penting dalam pedoman gizi seimbang agar menuju masyarakat hidup sehat. Konsumsi sayur dan buah diperlukan tubuh sebagai sumber vitamin, mineral dan serat dalam mencapai pola makan sehat sebagai dapat mengurangi kejadian penyakit tidak menular terkait gizi, sebagai dampak dari kelebihan atau kekurangan gizi<sup>15</sup>. Warga menganggap konsumsi buah sudah cukup dua sampai tiga kali dalam seminggu, selain itu warga biasanya makan sayur dan buah-buahan lokal karena harganya yang lebih murah namun tetap bergizi. Pada saat penyuluhan GERMAS petugas sudah menyampaikan informasi dan memberikan dukungan seperti mendorong warga untuk memperbanyak buah dan sayuran, memberikan contoh pada saat penyuluhan mengganti snack yang biasanya berupa makanan berminyak seperti gorengan diganti dengan buah.

Warga sudah mau melakukan cek kesehatan namun dalam pelaksanaannya belum secara rutin dilakukan 6 bulan sekali karena warga merasa bahwa dirinya baik-baik saja sehingga tidak perlu diperiksa. Berikut hasil kutipan wawancara dengan beberapa informan :

*“Kalo rutinnya ngepasnya 6 bulannya cek itu belum, tapi wah aku udah 3 bulan merasa itu ya saya cek ke Puskesmas. Kemarin saya bulan ini terus 6 bulannya lagi harus itu belum”* (Informan 3, 45 tahun).

*“Yang masih kurang itu suami, bapak itu ngopo di cek-cek wong aku wis sehat kok aku rapopo kok ngko nek di cek malah ngerti loro opo.. Tapi kalo ibu sudah, anak ibu sudah, bapak yang belum”* (Informan 5, 47 tahun).

Kegiatan pemeriksaan kesehatan sudah dilakukan oleh Puskesmas Imogiri I pada setiap dusun di wilayah kerja Puskesmas Imogiri I. Penyuluhan GERMAS dilakukan bersamaan dengan agenda Posyandu maupun Posbindu PTM, kegiatan tersebut antara lain yaitu melakukan pengukuran tekanan darah, berat badan, tinggi badan, terdapat cek laboratorium sederhana seperti asam urat, HB, kolesterol dan gula darah. Apabila terdapat warga yang memerlukan pemeriksaan lebih lanjut, maka akan dirujuk ke Puskesmas oleh petugas.

Hambatan dalam pemeriksaan kesehatan yaitu warga masih beranggapan bahwa apabila dirinya tidak terserang penyakit maka tidak perlu melakukan cek kesehatan karena merasa badannya sehat dan baik-baik saja. Hal ini sejalan dengan penelitian Napirah<sup>16</sup> (2016) bahwa persepsi responden yang memanfaatkan pelayanan kesehatan apabila terserang penyakit dan tidak dapat menjalankan aktivitas. Masih banyak masyarakat yang berpersepsi bahwa mereka merasa dirinya sakit ketika tubuh mereka tidak dapat lagi menjalankan aktivitas. Ketika masyarakat tidak dapat lagi menjalankan aktivitas, mereka baru memanfaatkan pelayanan Puskesmas.

Angka kesakitan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap derajat kesehatan masyarakat. Penyakit hipertensi dan diabetes mellitus merupakan penyakit tidak menular yang masuk dalam 10 besar penyakit dengan angka morbiditas tinggi di Puskesmas Imogiri I. Penyakit hipertensi dan diabetes mellitus ini ditekankan dalam kebijakan pada Instruksi Presiden No. 1 Tahun 2017, serta RAD GERMAS tahun 2018-2021 dengan penanggung jawab Dinas Kesehatan yang tercantum dalam Peraturan Bupati Bantul Nomor 124 Tahun 2018<sup>17</sup>.

Berikut angka kesakitan penyakit hipertensi dan diabetes mellitus di Puskesmas Imogiri I pada tahun 2015-2018.

Tabel 1. Angka Kesakitan Penyakit Hipertensi dan Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Imogiri I Tahun 2015-2018

Nama penyakit	2015	2016	2017	2018
Hipertensi esensial (primer)	1627	1540	1566	2232
Diabetes mellitus non dependen insulin	2308	2015	1886	1579

(Sumber : Data primer Puskesmas Imogiri I tahun 2015-2018)

Hasil wawancara dengan petugas Puskesmas Imogiri I menyatakan bahwa angka kesakitan semakin naik dikarenakan sebelum pada tahun 2018 warga masih sedikit yang melakukan cek kesehatan. Namun setelah diadakannya Program GERMAS dan Program Gebrak PTM masyarakat antusias melakukan *screening* kesehatan, sehingga lebih banyak ditemukan angka penyakit diabetes mellitus dan hipertensi tahun 2018 sampai 2019 terutama pada orang dewasa dan lansia. Hal ini sesuai dengan kutipan wawancara dengan informan sebagai berikut :

*“Dikarenakan di 2018 ke 2019 diadakan gerakan gebrak PTM yang besar jadi masyarakat banyak yang minta screening jadinya ditemukanlah lebih banyak angka DM dan HT di 2018 sampai 2019”* (Informan 1, 25 tahun)

*“Angka kesakitan tiap tahun semakin meningkat, faktornya turunan dan yang kebanyakan yang sudah lansia baru sadar”* (Informan 2, 37 tahun)

Adanya pemberian informasi dari program GERMAS dan Gebrak PTM berdampak semakin tinggi pengetahuan warga sehingga warga memiliki kesadaran untuk hidup lebih baik dan menurunkan angka kesakitan. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Rahmadiana<sup>18</sup> (2012) pemberian informasi kesehatan diharapkan dapat mengurangi angka kejadian suatu penyakit, mengubah sikap, dan memberikan motivasi kepada masyarakat untuk menjalankan pola hidup sehat serta sebagai sarana promosi kesehatan.

Derajat kesehatan masyarakat ditentukan oleh banyak faktor, tidak hanya ditentukan oleh pelayanan kesehatan dan ketersediaan sarana dan prasarana kesehatan, namun juga dipengaruhi faktor ekonomi, pendidikan, lingkungan sosial, keturunan, dan faktor lainnya. Faktor-faktor ini berpengaruh pada kejadian morbiditas, mortalitas dan status gizi di masyarakat. Angka morbiditas, mortalitas dan status gizi dapat menggambarkan keadaan dan situasi derajat kesehatan masyarakat.

## Kesimpulan dan Saran

Puskesmas Imogiri I dalam melaksanakan kampanye yang dilakukan dalam bentuk penyuluhan/sosialisasi kesehatan, melakukan jalan sehat, senam dan membagikan stiker, *leaflet* yang berisi informasi mengenai 3 pilar GERMAS. Kampanye ini dilaksanakan pada pertemuan-pertemuan warga, posyandu lansia, posyandu balita, Posbindu PTM. Perubahan perilaku dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain faktor pengetahuan masyarakat, faktor tersedianya layanan kesehatan serta faktor dukungan yang berupa perilaku petugas kesehatan. Angka morbiditas merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi derajat kesehatan masyarakat. Puskesmas Imogiri diharapkan mampu mengoptimalkan upaya preventif promotif diharapkan dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya.

Puskesmas Imogiri I dapat menambahkan intensitas kampanye dengan cara melakukan kerjasama dengan lintas sektoral seperti camat, kepala desa, kepala dukuh dan kader kesehatan untuk melaksanakan kegiatan kunjungan ke rumah-rumah warga agar di sosialisasikan tentang kampanye GERMAS serta memberikan edukasi melalui media promosi kesehatan seperti video edukasi.

## Daftar Pustaka

- Kementerian Kesehatan RI. 2016. *Buku Panduan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Negoro, SN. 2016. *Pictorial Warning* pada kemasan rokok : komunikasi persuasif kampanye kesehatan. *Jurnal Kajian Ilmu Komunikasi*. Vol. 46. No. 2. Hal 179 – 192.
- Moleong, Lexy J. 2016. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya Offset. Bandung.
- Pemerintah Republik Indonesia. 2017. *Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 2017 Tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat*. Pemerintah Republik Indonesia. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Sari Intan dan Sulistyowati Muji. 2015. Analisis Promosi Kesehatan Di Puskesmas Kalijudan Terhadap PHBS Rumah Tangga Ibu Hamil. *Jurnal Promkes*. Vol. 3. No. 2. Hal 159 – 170
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. *Kesehatan Masyarakat : Ilmu dan Seni*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Marnah. 2016. Analisis Perilaku Masyarakat dalam Pemanfaatan Pelayanan Kesehatan Peserta Program Keluarga Harapan (PKH) di Kecamatan Paminggir. *Jurnal Berkala Kesehatan*, Vol. 1. No. 2. Hal. 130 – 138.
- Febriani, W. 2016. Faktor Yang Mempengaruhi Perubahan Perilaku Stop Buang Air Besar Sembarangan (BABS) : Studi Pada Program STBM Di Desa Summersari Metro Selatan 2016. *Jurnal Dunia Kesmas*. Vol. 5. No. 3. Hal 121 – 130.
- Hararap, R. 2016. Pengaruh Faktor *Predisposing, Enabling* dan *Reinforcing* Terhadap Pemberian Imunisasi Hepatitis B Pada Bayi di Puskesmas Bagan Batu Kecamatan Bagan Sinembah Kabupaten Rokan Hilir. *Jurnal Jumanantik*. Vol.1 .No. 1. Hal 79 – 103.
- Budiarto, 2015. Kualitas Pelayanan Kesehatan Puskesmas di Kecamatan Engkareng Kabupaten Engkareng. *Skripsi*. Universitas Hasanuddin. Makasar.
- Syamsumin, Kurnia. 2018. Level Aktivitas Fisik dan Kualitas Hidup Warga Lanjut Usia Physical Activity Level and Quality of Life of The Elderly. *Jurnal MKMI*. Vol. 14. No. 3.
- Aditianti, Prihatini S dan Hermina. 2016. Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Individu tentang Makanan Beraneka Ragam Sebagai Salah Satu Indikator Keluarga Sadar Gizi (KADARZI). *Buletin Penelitian Kesehatan*. Vol. 44. No. 2. Hal. 117 – 126.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Napirah MR, Rahman Abd, Toni A. 2016. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemanfaatan Pelayanan Kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Tambarana Kecamatan Poso Pesisir Utara Kabupaten Poso. *Jurnal Pengembangan Kota*. Vol. 4. No. 1. Hal. 29 – 39.
- Pemerintah Kabupaten Bantul. 2018. *Peraturan Bupati Bantul Nomor 124 Tahun 2018. Tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat*. Pemerintah Kabupaten Bantul. Bantul.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.